

<<当青春期来临>>

图书基本信息

书名：<<当青春期来临>>

13位ISBN编号：9787510012587

10位ISBN编号：7510012589

出版时间：2009-11

出版时间：世界图书出版公司

作者：《当青春期来临》编写组 编

页数：182

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<当青春期来临>>

前言

在中国进入经济高速发展，物质财富日渐丰富的同时，新一代年轻人逐渐走向社会，他们中的许多人在升学、就业、情感、人际关系等方面遭遇的困惑，正在成为这个时代的普遍性问题。

有媒体报道，近30%的中学生在走进校门的那一刻，感到心情郁闷、紧张、厌烦、焦虑，甚至恐惧。卫生部在“世界预防自杀日”公布的一项调查数据显示，自杀在中国人死亡原因中居第5位，15~35岁年龄段的青壮年中，自杀列死因首位。

由于学校对生命教育的长期缺失，家庭对死亡教育的回避，以及社会上一些流行观念的误导，使年轻一代孩子们生命意识相对淡薄。

尽快让孩子们在人格上获得健全发展，养成尊重生命、爱护生命、敬畏生命的意识，已成为全社会急需解决的事情。

生命教育，顾名思义就是有关生命的教育，其目的是通过对中小学生进行生命的孕育、生命的发展等知识的教授，让他们对生命有一定的认识，对自己和他人的生命抱珍惜和尊重的态度，并在受教育的过程中，培养对社会及他人的爱心，在人格上获得全面发展。

生命意识的教育，首先是珍惜生命教育。

人最宝贵的是生命，生命对于我们每个人来说，都只有一次。

<<当青春期来临>>

内容概要

生命是灿烂的，是美丽的；生命也是脆弱的，是短暂的。
让我们懂得生命，珍爱生命，让我们存生命中的每一天，都更加充实，更加精彩！

<<当青春期来临>>

书籍目录

引言第一篇 我们身体的变化 从广义上说, 青春期是指个体从儿童期迈向成年期的一个过渡时期, 或者也可以说是从发身到发育成熟的成长期。

这一时期既是个体身体、生理和性发育、发展的高峰期, 也是迈向成年的预备期。

从狭义上说, 青春期是指伴随个体性器官发育成熟、第二性征出现以及具备生殖能力而出现的一系列复杂的心理变化的身心突变期。

可以说, 青春期是人生发展的第二个转折期, 其年龄大致从10岁至18岁。

处在青春期的孩子, 不论男孩或是女孩, 在身体内外都发生着许多巨大而奇妙的变化, 特别是性器官与性机能的迅速发育成熟, 会给青少年的身心健康带来一系列的问题。

因此, 了解和适应这一时期身体的变化, 对于青春期的孩子来说, 无疑是一件十分重要的事情。

第二篇 做个快乐的少年 自卑感是处于青春期发育阶段的孩子所面临的最苦恼的问题之一。

他们可能会痛苦地意识到没有人喜欢他、爱他, 觉得自己样样不如别人, 认为自己是一个失败者、一个不幸的人, 甚至认为自己的人生本身就是个悲剧。

自卑感对于青少年青春期的成长影响非常大, 师长必须给予干预, 帮助他们克服自卑感, 重树自信和自我价值感, 确立正确的自我意识。

否则, 不仅会产生不良的后果, 阻碍他们的成长与发展, 甚至会使他们风华正茂的生命过早地消逝。

第三篇 我不想与父母较劲 随着青春期生理的变化, 青少年的心理同时也发生了相应的变化, 其中逆反心理在孩子中表现得尤为明显。

强烈的逆反性、对抗性对孩子的心理发育、日常学习和生活都是有害的, 如果任其发展, 将有可能造成孩子的心理缺陷, 严重的甚至会影响将来的生活、学习和工作。

因此, 认清逆反心理的实质, 帮助孩子克服逆反心理, 对大人来讲是非常重要的。

第四篇 男女有别吗 进入青春期, 少男少女们的心理和生理逐步走向成熟, 因而在现实生活中, 我们可以看到一颗颗怀着春情的心在徘徊、在冲动、在痛苦、在向往中产生出一个又一个问号, 困扰在异性的神秘之中。

这是青春期给人带来的一种正常的心理和生理反应。

如何与异性合理相处, 这是处于青春期的青少年必须解决好的问题。

第五篇 成为受欢迎的人 有调查表明, 30%的中学生存在不同程度的人际关系问题, 人际交往问题已经成为困扰青春期发育阶段的孩子比较常见的问题。

青春期是形成健全人格和培养人际交往能力的关键时期, 帮助孩子学会处理人际交往中的问题、掌握人际交往的技巧、拥有和谐的人际关系, 一方面可以让他从与他人的交往中调整自己的言行, 另一方面可以让他自己化解孤独感, 增强自信心, 为将来的成功打下坚实的基础。

第六篇 做好自我保护 社会环境的复杂化与学校教育的程式化, 造成学生在自卫认识和能力方面的严重欠缺。

总体上说, 社会制度给青少年提供了一个光明、健康、积极向上的社会环境。

但是, 毋庸讳言, 社会生活中仍然存在阴暗角落、污秽潜流、颓废思想、丑恶的现象。

处于青春期的孩子尽管生理上开始成熟, 但心理发展相对滞后, 社会经验的积累还不够, 造成青春期的孩子很容易受到各种伤害, 因此必须重视青春期孩子自我保护意识的确立, 并培养其自我保护的能力。

附录 趣味小测试 测试一 青春期的心理转折 测试二 你的自信感有几分?

测试三 你是受欢迎的人吗?

测试四 你的自我监控力如何?

测试五 你的自我管理力如何?

<<当青春期来临>>

章节摘录

插图：青少年期又是个体身心全面发展的时期，如心理学家霍尔所说：“此时的男孩和女孩们处于一个骚动的年龄，一个与情绪冲动、精神混乱有着必然联系的发展阶段。

”青春期的“异性效应”突现出来。

处于青春期的少男少女对异性好奇、有好感，想接近异性是正常现象，也是性意识发展到一定阶段的必然表现。

尤其是少女呈现出一种非常复杂与矛盾的心境：既关注异性的举止神态，希望得到异性的青睐，而又把这种愿望埋在心底，表现出拘谨与淡漠、矜持与羞怯，以单恋或暗恋的形式表现出来，一厢情愿地倾慕和热爱。

其实单恋多是一场情感误会，是青少年“爱情错觉”的产物，多是受对方言行举止的迷惑，或者受自身的各种主观体验的影响而错误地主动涉入爱河，还有的是因自以为某个异性对自己有意而产生爱意绵绵的主观感受。

单恋或暗恋较多地出现在性格内向、敏感、富于幻想、自卑感较强的人身上。

首先是自己觉得爱上了对方，于是也希望得到对方的爱，在这种弥散作用的心理支配下，就会把对方的许多无意识举动理解为有意暗示。

他们会体会到一种深刻的快乐，但更多会体会到情感的痛苦。

<<当青春期来临>>

编辑推荐

《当青春期来临》：人最宝贵的是生命，生命只有一次。

<<当青春期来临>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>